



PREVALÊNCIA DE ESTRESSE EM UMA AMOSTRA DE UNIVERSITÁRIOS EM DOURADOS-MS

Taiza de Oliveira Zago, Isaac Daniel França Corado, Filomena Maria Perrella Balestieri (Orientador)
e-mail: taiza_zago@hotmail.com.

Curso de Medicina, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Três Lagoas-MS, Brasil

Área: Saúde Pública

Formato: Pôster

Introdução: O ingresso no nível superior representa uma transição a um novo estilo de vida e maior grau de exigência curricular. O estresse pode influenciar o desempenho acadêmico e as habilidades, seus efeitos deletérios são individuais devido à diversidade de respostas a estes estímulos, em relação à frequência, à duração e à própria capacidade cumulativa e restauradora do corpo. O estresse é definido como um amplo número de eventos, que compreende o surgimento de um estímulo agressor que precipita reações neuroendócrinas e ativa sistemas de fuga ou luta no corpo. **Objetivo:** O objetivo deste trabalho foi investigar a incidência e etapas do estresse, segundo o modelo quadrifásico - alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão - em um grupo de universitários. **Metodologia:** Após aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UFGD e livre esclarecimento dos participantes, dados sócio-demográficos e de caracterização foram colhidos e o índice de estresse avaliado de acordo com o Inventário de Sintomas de Estresse para adultos de Lipp (ISSL). **Resultados:** Encontrou-se uma prevalência de 48,2% de estresse na amostra, 92% desses na fase de resistência, dentro desta fase 88% apresentavam até 7 sintomas, sendo os mais prevalentes: tensão muscular e boca seca nas últimas 24 horas, cansaço, sensação de desgaste físico, sensibilidade emotiva e irritabilidade excessiva na última semana e cansaço, angústia, ansiedade, medo, insônia e apatia no último mês. A resposta inicial do organismo ante o estressor é a fase de alerta, ou o bom estresse, que motiva a realizar novos projetos; a fase da resistência acontece quando há a persistência do estressor, predominando a busca pela adaptação; na quase exaustão inicia-se o enfraquecimento do organismo diante do estresse, podendo surgir doenças; já a fase de exaustão, embora grave, não é irreversível e evidencia-se a falta de resistência ao estressor e surgimento de patologias orgânicas e psíquicas. **Conclusão:** No ambiente universitário, os estudantes são submetidos constantemente à resolução de problemas, observa-se que esse ambiente que tem como principal objetivo a aquisição de conhecimento e formação profissional se torna, muitas vezes, o desencadeador de patologias, quando ocorre uma exacerbação do estresse. Os resultados apontam para a necessidade de investigar as causas da alta prevalência de estresse, a fim de propor medidas preventivas e/ou oferecer apoio psicológico aos estudantes, proporcionando uma melhor formação acadêmica.

Descritores: Estresse; Universitários; Modelo Quadrifásico; ISSL.